西北农林科技大学

第四届研究生趣味运动会比赛规则

# 一、团体项目 5个

## 1．凝心聚力赢未来：拔河比赛（10人）

以学院为队伍分组，由各学院提前分好小组**（5男5女）**每组选出一名队长，队长抽签决定队伍编号及对战队伍。胜出的小组进入下一轮，直至半决赛、决赛，每轮比赛一局决定胜负。最终依照排名获得积分，前4名分别得10分、8分、6分、4分，第5-8名得2分，其他名次均获得1分。

## 2.薪火相传勇担当：趣味接力（4人）

此项接力共设置三个关卡，需四人完成接力，总赛程共100米（往返50米）。从关卡一开始计时，关卡三完成计时。各学院参赛队员接力完成用时最少者名次列前，第一名加20分；第二名加16分；第三名加12分；第四名加8分；第五名加4分；其他名次各加2分。

### 关卡一：二人三足（赛程50米）

各学院选派2人组成一组参加此项比赛，进行50米赛程二人三足绑腿快跑。

### 关卡二：夹乒乓球（赛程20米）

各学院选派1人，接力闯关一的选手参加此比赛，在相隔20米的空地上各放一个小筐，从起点运到终点。参赛选手用筷子将球从起点夹到终点，途中球如果掉到地上需要捡起球回到闯关二项目起点重新夹球。

### 关卡三：摸石过河（赛程30米）

各学院选派1人参加此项比赛，比赛开始前，参赛队员立于关卡3起点的第1、2块河石上，手持第3块河石。裁判发令后，队员依次将河石踩在脚下交替向前前进。以参赛队员跨过关卡三的终点即为比赛结束，中途身体的各部位不能触地，一旦触地从关卡三的起点重新开始直至比赛完成。

## 3.腹有诗书气自华：知识竞猜（2人）

各学院派2人为一组参加比赛，抽选题目，每组题目20道题，一人对屏幕上题目进行描述、表演，搭档做回答，表演者不可提到屏幕上的关键字或同音字，否则此题无效跳过。每组3分钟时间，按答对题数排名，若3分钟内20道题目全部答案，则用时最少的则为第一名，得10分，第二名得到8分，第三名6分，第四名4分，第五名2分，其他名次积1分。

## 4.逐梦前行新征程：跳绳比赛（8人）

各院派出8名队员参赛，其中2人摇绳，另外6人站成一排跳绳，需连续完成20个跳绳，失败的跳绳不计入完成个数，可三个队伍同时进行比赛，每队裁判分别计时，按统计的完成时间进行排名，最终用时少的队伍排列至前，依次获得10分、8分、6分、4分、2分，其他名次均获得1分。

## 5.稳中求进保初心：S形绕桩（5人）

各院系自成一队，每队5人（男女不限自由组合），比赛开始前，每队队员均手握长棍站到指定绕桩前，计时开始，队员们呈s形前进至桩，绕桩一周后s形前进至下一桩，最后返回至起点，最终用时少的队伍排列至前，依次获得10分、8分、6分、4分、2分，其他名次均获得1分。

# 二、体验项目 4个

## 1. 临危不乱：眼疾手快

参赛人员面对面进行比赛，根据裁判指令依次完成相应触摸动作，当听到“奖品”指令时，先拿到奖品者即为获胜，例如裁判员依次发出指令：鼻子-眼睛-耳朵，参与者须按指令依次用手触摸鼻子-眼睛-耳朵，裁判员发出“酸奶”的指令时，先拿到“酸奶”一方获胜，游戏每两人为一组进行比拼，可同时进行多组。

## 2. 胆大心细：穿针引线

现场10人报名组成一队，每队参与者手拉手站成一条线，听从裁判员指令，当裁判员发出指令：“开始”时，计时开始，从第一个成员从第二、三个成员中间穿过，然后第一和第二个成员依次从第三、四个成员中间穿过，依次进行下去，直至穿过第九和第十个参赛者中间后，第一个成员与最后一位成员两手相连，十人围成一个圆，游戏结束，若途中“线条”断开，则重新开始。用时最少的队伍获胜，获胜队员每人积2分。

## 3. 扬长避短：表情管理

参赛者将饼干放置于额头中央，待全员准备好后，工作人员宣布游戏开始，游戏人员需在3分钟内运用面部肌肉将饼干移动到嘴里，不可借助双手，若饼干掉落则重新开始，每组用时最短者积2分。

## 4. 坚定不移：目标搜索

参赛者将高帽（末端有孔）戴于面前，遮住眼睛，在指定的活动范围内分散站立。待参与成员全部站定后，工作人员在活动范围内随机放置3颗球，随后宣布开始，游戏人员方可活动（只限于指定区域内活动），于3分钟内每组最先找到球的前3名分别积3分、2分、1分。

# 三、注意事项

（一）各学院参赛队注意事项

1.各学院注意做好通知工作，及时组织好参赛队伍，确定队名和口号，制定好比赛攻略；

2.务必遵守“安全第一、比赛第二”的原则；

3.此次活动具有一定运动性，注意服装舒服、方便，避免因穿着不当影响比赛，同时身上不要携带有可能造成人身伤害的物件；

4.比赛前各学院代表队注意清点人数，请务必准时、有序的在规定时间到达指定地点。各项比赛开始前，要及时确认参赛人数；

5.比赛前注意进行适当的热身，防止运动受伤；

6.比赛时严格遵守比赛规则，听从裁判的指挥，服从裁判的裁决；

7.队员参加相关比赛项目时注意保管好个人的财产安全；

8.比赛结束后请队员有序离开场地。

（二）各学院后勤队伍注意事项

1.各学院后勤队伍注意准备可处理意外伤口的药品，以备不时之需。各学院应成立安全应急小组，可及时处理突发状况；

2.各学院后勤队伍不得擅自进入场地扰乱赛场秩序，要做到文明观看比赛，文明加油助威；

3.后勤队伍注意看管好队员以及自己的财产，保证财产安全；

4.后勤队伍注意辅助其他协办单位的工作，保证活动有序、有效的开展；

5.后勤队伍注意保护场地的环境卫生，不要随地扔垃圾，比赛结束后主动帮助清理赛场；

如遇恶劣天气，活动顺延，具体时间以校研究生会通知为准；活动未尽事宜最终解释权归校研究生会所有。

# 四、赛程安排

|  |
| --- |
| **第四届研究生趣味运动会（3月23日）** |
| 预计时间 | 项 目 | 地 点 |
| 8:00 | 运动员入场 | 　 南校区田径场 |
| 8:15 | 开幕式 |
| 8:30 | 拔河比赛 |
| 趣味接力 |
| 知识竞赛 |
| 跳绳比赛 |
| S形绕桩 |
| 体验项目 |
| 11:30 | 颁奖、闭幕式 |

注：所有运动项目同时启动，具体参赛顺序以现场安排为准。体验项目与团体项目同时开始，互不干扰。